

คำคมชีวิตต้องสู้ คำคมเพิ่มพลังบวกสร้างกำลังใจให้คุณฮึดสู้ใหม่อีกครั้ง

📅 6 JANUARY 2023 | 👤 555,075 | 0 COMMENT | [gen c](#)

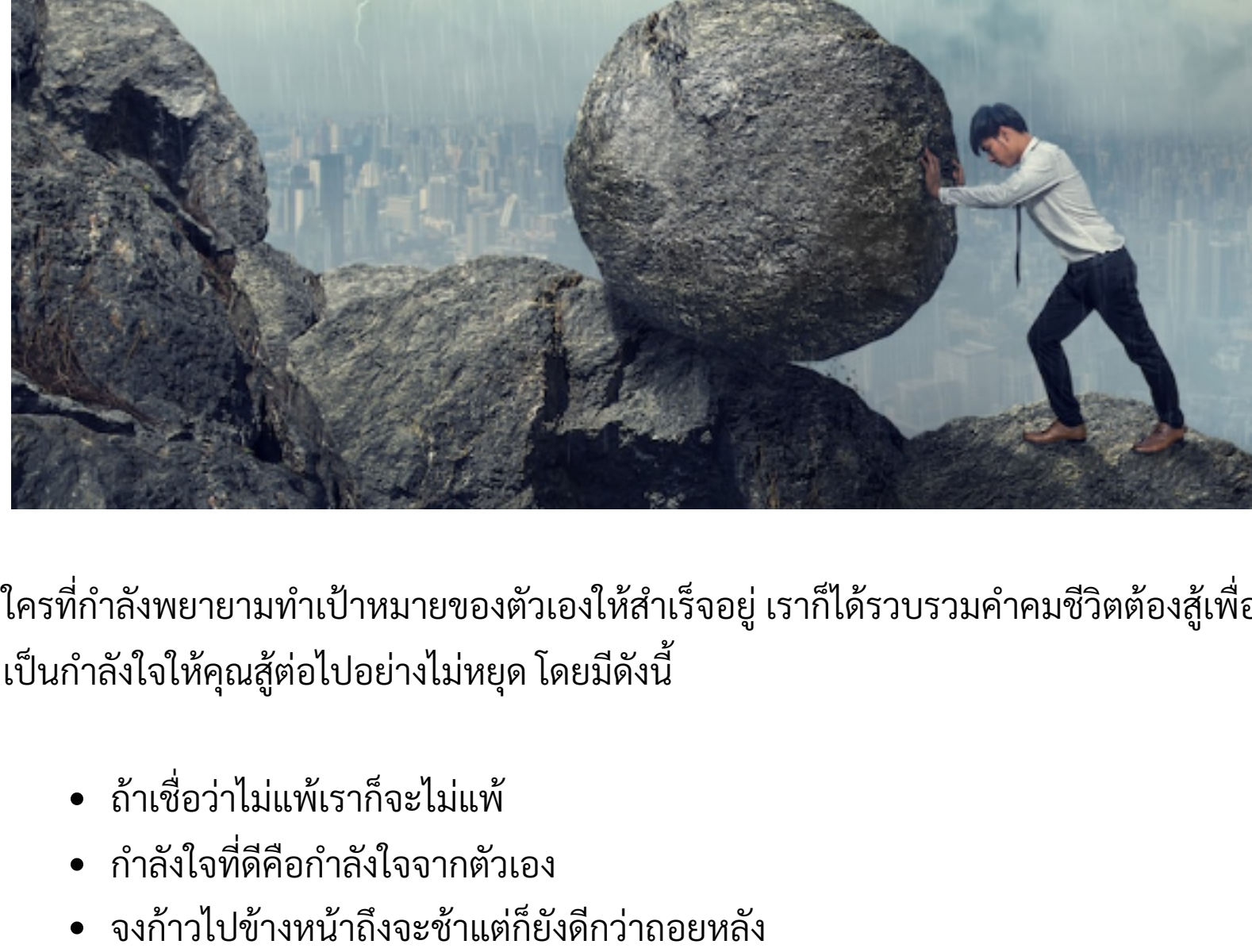
ในยุคปัจจุบันเต็มไปด้วยความเครียด ความกดดัน ผู้คนก็เริ่มตงงานมากขึ้น เนื่องจากมีเทคโนโลยีเข้ามาแทนที่ รวมถึงการแข่งขันที่มีแนวโน้มสูงขึ้นเรื่อยๆ ทำให้คนสมัยนี้มีความเครียดสูงและไม่เว้นแต่ในคนที่อายุยังน้อยก็เริ่มรู้สึกท้อแท้หมดไฟ บทความนี้จึงได้รวบรวมคำคมชีวิตต้องสู้ คำคมเพิ่มพลังบวกเพื่อเป็นแรงผลักดันให้คุณไปถึงเป้าหมาย ให้คุณมีกำลังใจสู้กันต่อไป หรือใครที่อยากได้คำคมชีวิตต้องสู้ไปโพรตลงโซเชียลเก่าย เพื่อเรียกยอดไลค์ หรือใครที่ต้องการคำคมชีวิตต้องสู้ไว้แชร์ส่งต่อให้กับเพื่อนๆ

คำคมชีวิตต้องสู้เพิ่มพลังบวกให้ตัวเอง

สำหรับใครที่กำลังหมดไฟ ท้อแท้ ไม่อยากจะทำต่อไปแล้ว เราก็ได้รวบรวมคำคมชีวิตต้องสู้ เพื่อเพิ่มพลังบวกให้คุณมีแรงใจกลับมาเริ่มใหม่อีกครั้ง โดยมีดังนี้

- พอใจเท่าที่มี ยินดีเท่าที่ได้
- เดินหน้าไปได้อยู่ที่ขาแต่อยู่ที่ใจ
- อย่าเติมเต็มชีวิตด้วยความเครียด
- ชีวิตเราเริ่มใหม่ได้เสมอ ถ้าเราไม่คิดจะล้มเลิก
- ชีวิตคนเรานั้นไม่ได้ง่าย มันท้าทายเสมอ
- จงปล่อยวางกับเรื่องที่คุณควบคุมไม่ได้
- ไม่มีคำว่าสายสำหรับการเริ่มต้นใหม่อีกครั้ง
- โลกใบนี้มีไว้ให้หยิบไม่ได้มีไว้แบก
- ทุกความเจ็บปวดล้วนทำให้เราเติบโต
- หมั่นทางตันยังมีทางหนึ่งให้ออกเสมอ
- ฝึกทักษะในใจให้เหนือทั้งชนะในมือ
- พักเมื่อต้องไปต่อเมื่อพร้อม
- มันก็เป็นแค่วันแย่ๆ แต่ไม่ใช่ทั้งชีวิตหรอกที่แย่
- เหนื่อยแค่ไหนก็ต้องอดทน เพราะความจนมันน่ากลัว
- พึ่งคนอื่น พึ่งได้แค่ชั่วคราว ถ้าอยากพึ่งยาวๆ ต้องพึ่งตัวเราเอง
- ชีวิตที่ผ่านมามีความสุข ชีวิตที่เหลืออยู่คือโอกาส
- จงใช้ชีวิตให้เป็นแรงผลักดัน ไม่ใช่แรงบันดาลใจ
- การได้ตื่นมาใช้ชีวิตในทุกๆ วัน คือโอกาสที่ดีที่สุดแล้ว
- ทุกๆ เช้าวันใหม่จะมาร่วมกับโอกาสที่เราเริ่มต้นอีกครั้ง
- สิ่งที่กำลังจะมาถึงย่อมดีกว่าสิ่งที่ผ่านไปแล้วแน่นอน
- อย่าไปเสียเวลาไปกับเรื่องที่ผ่านมาแต่จงมีความสุขกับเวลาที่เหลือ
- ความสุขทำให้เรามีรอยยิ้ม ความทุกข์ที่เราผ่านได้ก็เช่นกัน
- นกไม่กลัวกิ่งไม้หัก ไม่ใช่มันมั่นใจในกิ่งไม้ แต่มันมั่นใจในปีกของมัน
- ธรรมชาติสร้างอุปสรรคขึ้นมาเพื่อให้เรารู้จักคำว่าการต่อสู้ในชีวิต
- จงยิ้มให้กับความหวังและเพิ่มพลังให้กับชีวิต
- แสงของวันใหม่มาพร้อมกับโอกาสใหม่ๆ เสมอ
- อย่าเสียใจที่มันได้จบลง แต่ขอบคุณที่มันเคยเกิดขึ้น
- ไม่ต้องยืนให้สูง ไม่ต้องยืนให้เด่น ขอแค่นิ่งให้เป็น แล้วไม่ล้มก็พอ
- ไม่มีอะไรคงอยู่ตลอดไป แม้กระทั่งความทุกข์ที่เราเข้ามา แต่เดี๋ยวก็จะจากไป
- ชีวิตมีอุปสรรคมากมายสิ่งสำคัญคือล้มแล้วต้องรีบลุก
- ถ้าวันนี้ไม่รู้จะยืนกับใครยืนกับตัวเองในกระจกก็ได้นะ
- ทุกเช้าอาจไม่ได้มีบางสิ่งที่ดีในทุกวัน
- ขอขอบคุณความไม่มี ทำให้รู้วิธีสู้กันขึ้นสู้
- ความหวัง คือสิ่งเดียว ที่ทำให้เรามีชีวิตอยู่ต่อไปได้
- เขียนไว้ในใจว่าเช้าทุกวันเป็นวันที่ดีที่สุดในปี
- ลุกขึ้นเริ่มต้นใหม่มองเห็นโอกาสที่สดใสในแต่ละวัน
- ถนนบางสายไกลหน่อยแต่ก็ยังมันมาถึง
- ให้ที่ที่ดีคือให้อภัยให้ต่อไปคือให้อีกทางตัวเอง
- ความสุขไม่ใช่การมีครบทุกอย่าง แต่ความสุขคือการปล่อยผ่านสิ่งที่ไม่จำเป็น
- ถึงวันนี้เป้าหมายยังอยู่อีกไกล เดินไปพักไป แต่อย่ายังล้มท้อใจยังรักถึง
- ผู้ที่เข้มแข็งคือผู้ที่กล้ายอมรับความทุกข์ ผู้ที่มีความสุขคือผู้ที่หัวเราะให้อุปสรรค
- ศินใดมีคติที่สุดจะเห็นดาวชัดที่สุด วันใดทุกข์ที่สุดจะเห็นว่าใครรักเรามากที่สุด

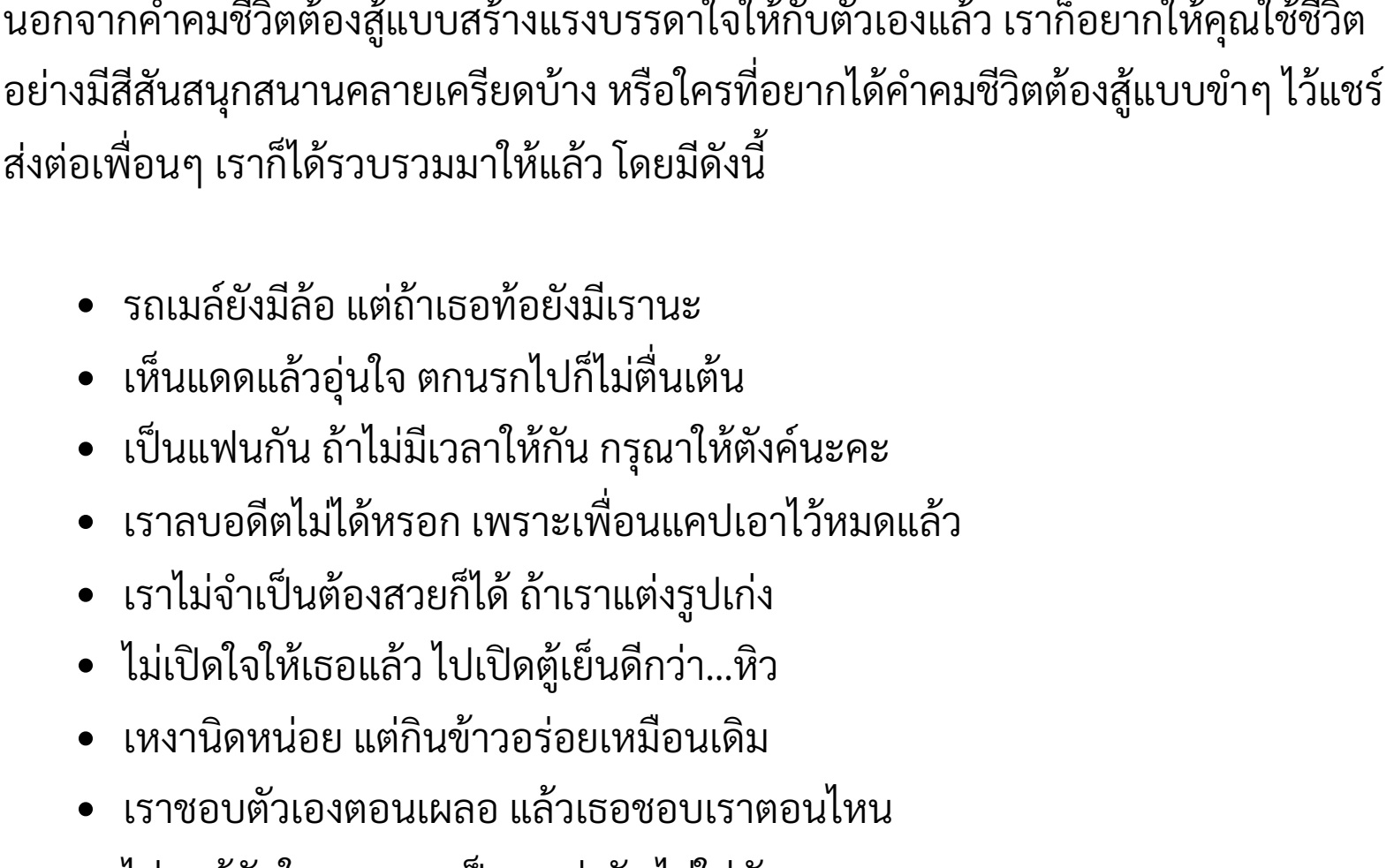
คำคมชีวิตต้องสู้ให้คุณพยายามทำต่อไป



ใครที่กำลังพยายามทำเป้าหมายของตัวเองให้สำเร็จอยู่ เราก็ได้รวบรวมคำคมชีวิตต้องสู้เพื่อเป็นกำลังใจให้คุณสู้ต่อไปอย่างไม่หยุด โดยมีดังนี้

- ถ้าเชื่อว่าไม่แพ้เราก็จะไม่แพ้
- กำลังใจที่ดีคือกำลังใจจากตัวเอง
- จงก้าวไปข้างหน้าถึงจะช้าแต่ก็ยังดีกว่าถอยหลัง
- ยังหายใจ อยู่ ก็ สู้ ต่อไป
- ไปให้สุดอย่ายอมหยุดเพียงเพราะเหนื่อย
- เราเริ่มต้นน้อยกว่าเขา เราต้องเดินมากกว่าเขา
- ถ้าล้มเราจะไม่แพ้ ล้มแล้วเราจะไม่ได้อะไรเลย
- ความพ่ายแพ้จะไม่มีความหมาย ถ้าเรารู้จักเอามาเป็นบทเรียน
- ผู้ชนะ ไม่ใช่คนที่ไม่มีวันล้มเหลว แต่เป็นคนที่ไม่เคยล้มเลิก ในสิ่งที่ตัวเองทำ
- อย่าท้อกับชีวิต แม้วันนี้มันไม่ดี ก็ไม่ได้แปลว่าไม่ดีเสมอไป
- ชีวิตเราเริ่มใหม่ได้เสมอ ถ้าเราไม่คิดจะยอมแพ้
- อย่างอ้างดันทุรังชีวิตว่าค่ากว่าใคร ผลกำไรขึ้นอยู่กับใจและความพยายาม
- ท่องฝึกความมั่นใจตัวเองผ่าน ความล้มเหลวที่ไม่มีใครมองเห็น
- ชีวิตคือการผจญภัยที่กล้าหาญ หรือเลือกที่ไม่มีความเสี่ยง
- ทุกเส้นทางทุกชีวิตไว้แล้ว แต่ทางที่เลือกเดิน มันขึ้นอยู่กับตัวเราเอง

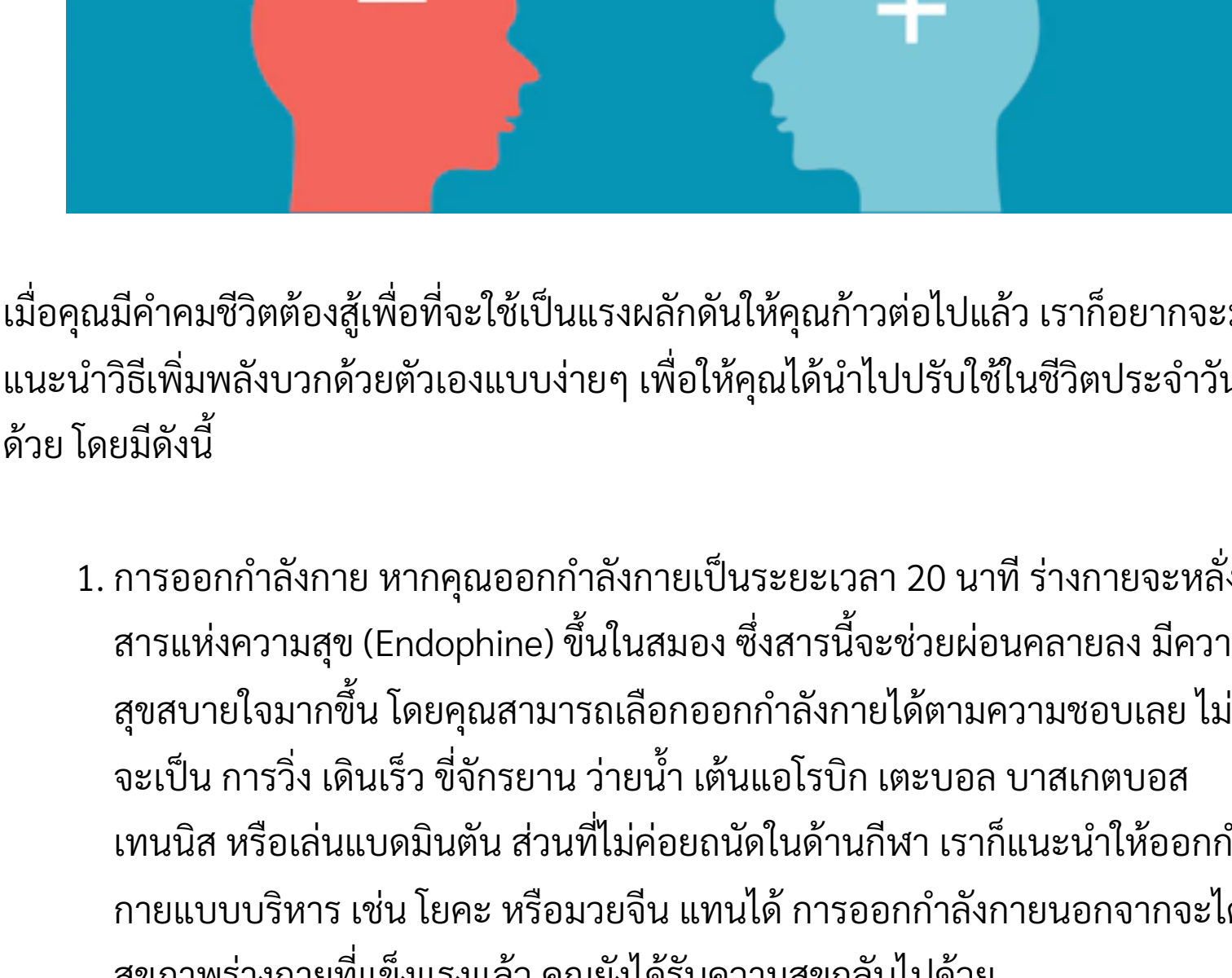
คำคมชีวิตต้องสู้แบบฮาๆ ฮาๆ กวนๆ ให้ชีวิตคุณมีสีสัน



นอกจากคำคมชีวิตต้องสู้แบบสร้างแรงบันดาลใจให้กับตัวเองแล้ว เราก็อยากให้คุณใช้ชีวิตอย่างมีสีสันสนุกสนานคลายเครียดบ้าง หรือใครที่อยากได้คำคมชีวิตต้องสู้แบบฮาๆ ไว้แชร์ส่งต่อเพื่อนๆ เราก็ได้รวบรวมมาให้แล้ว โดยมีดังนี้

- รถมอเตอร์ไซด์มีล้อ แต่เธอท้องยังมีเรานะ
- เห็นแคตแล้วอุ่นใจ ตนกปรกไปก็ไม่มีต้นตอ
- เป็นแฟนกัน ถ้าไม่มีเวลาให้กัน กรุณาให้ตั้งคณะคะ
- เรลลอบคิดไม่ได้หรอก เพราะเพื่อนแคบเอาไว้หมดแล้ว
- เราไม่จำเป็นต้องสวยก็ได้ ถ้าเราแต่งรูปเก่ง
- ไม่เปิดใจให้เธอแล้ว ไปเปิดดูย้อนดีกว่า...หิว
- เหมานิดหน่อย แต่กินข้าวอร่อยเหมือนเดิม
- เราชอบตัวเองตอนเมาแล้ว แล้วเธอชอบเราตอนไหน
- ไม่ขอสู้กับใคร เพราะเป็นคนน่ารัก ไม่ใช่ขี้กวน
- เพิ่งรู้ว่าสายเกินไป ก็ตอนทีตื่นนอนตื่นขึ้นแล้ว
- สุดท้ายแล้วคนที่คิดจะไปก็โดนไล่ คือต้องเดินมานั่งให้เต็มถัง
- ความรักนั้นเป็นสิ่งที่ไม่มี "แน่นอน" แต่ความง่วงนอนนั้นเป็นสิ่งที่ต้อง "นอนแน่"
- ไม่ต้องพยายามเหมือนใคร เหมือนรูปไปโพสต์ตัวเองได้ก่อน
- ยอยามมีคนใส่ใจ ที่ไม่ใช่ป้าข้างบ้าน
- คนที่ถอยออกมาไม่ใช่คนที่แพ้ แต่เป็นคนที่ไม่เข้าซอยผิด
- เป็นคนถูกเรียกว่ากลัวแล้ว เป็นคนถูกหยาหยากกว่าอีก
- สาธุเดียวที่จะได้จากเรา คือสารภาพรักเท่านั้น
- ทำไมยาแก่แก่กันแล้วต้องนอน หรือคนแก่มีสิทธิ์แค้น
- น้ำหนักเราก็เหมือนท้องสุตรคุณ มีแต่เพิ่มพูนไม่มีลดลง

วิธีเพิ่มพลังบวกด้วยตัวเอง



เมื่อคุณมีคำคมชีวิตต้องสู้เพื่อที่จะใช้เป็นแรงผลักดันให้คุณก้าวต่อไปแล้ว เราก็อยากจะแนะนำวิธีเพิ่มพลังบวกด้วยตัวเองแบบง่ายๆ เพื่อให้คุณได้นำไปปรับใช้ในชีวิตประจำวันด้วย โดยมีดังนี้

1. การออกกำลังกาย หากคุณออกกำลังกายเป็นประจำเป็นระยะเวลา 20 นาที ร่างกายจะหลั่งสารแห่งความสุข (Endorphin) ขึ้นในสมอง ซึ่งจะช่วยผ่อนคลายความเครียด มีความสุขสบายใจมากขึ้น โดยคุณสมารถเลือกออกกำลังกายได้ตามความชอบเลย ไม่ว่าจะเป็น การวิ่ง เดินเร็ว ขี่จักรยาน ว่ายน้ำ เต้นแอโรบิก เตะบอล บาสเกตบอล เทนนิส หรือเล่นแบดมินตัน ส่วนที่ไม่ค่อยถนัดในด้านกีฬา เราก็แนะนำให้ออกกำลังกายแบบบริหาร เช่น โยคะ หรือมวยจีน แทนได้ การออกกำลังกายนอกจากรจะได้สุขภาพร่างกายที่แข็งแรงแล้ว คุณยังได้รับความสุขกลับไปด้วย
2. หากิจกรรมผ่อนคลาย มนุษย์เรานั้นไม่ได้เกิดมาเพื่อที่จะทำงานหาเงินไปวันๆ เพราะถ้าคุณเป็นแบบนั้น ชีวิตของคุณคงจะเต็มไปด้วยความเครียด การหา กิจกรรมที่คุณชื่นชอบทำในเวลาว่างจะช่วยให้คุณได้พักเบรกจากความเหนื่อยล้าที่สะสมมาเป็นเวลานาน โดยกิจกรรมที่คุณสามารถเลือกทำได้ตามความชอบก็มีอันได้แก่ วาดรูป ดูหนัง อ่านหนังสือ ฟังเพลง เล่นเกม ออกไปเที่ยว เดินเล่นสวนสาธารณะ เป็นต้น
3. ปรึกษาคนที่วางใจได้ หากคุณรู้สึกเครียดถึงขั้นหมดไฟ หมกตัวอยู่คนเดียวแล้วละก็ เราแนะนำให้ลองคุยกับใครสักคนที่คุณสามารถวางใจได้ ไม่ว่าจะเป็นเพื่อนที่คุ้นเคยสนิทหรือพ่อแม่
4. จัดจัดการความเครียด ความเครียดนั้นเป็นสิ่งที่สามารถเกิดได้กับทุกคน แต่ถ้าคุณสามารถจัดการความเครียด ปล่อยวางลงได้บ้าง เพื่อให้คุณรู้สึกดีขึ้นจะได้ไม่ต้องรู้สึกหนักอึ้งจนหมดไฟไป โดยวิธีจัดการความเครียดแบบง่ายๆ ก็คือ การนั่งสมาธิ ทบทวนสติของตัวเอง ฝึกกำหนดลมหายใจเข้า – ออก เพียงแค่นี้ก็จะพอบรรเทาให้คุณโล่งใจขึ้นได้บ้าง ประมาณนั้น
5. ปรับเปลี่ยนความคิด การจมปลักอยู่กับความคิดโตนานๆ นั้นไม่ใช่เรื่องที่ดี คุณจะต้องพยายามปรับเปลี่ยนความคิด เรียบเรียงสิ่งที่สำคัญกับตัวเอง หัดมองข้ามเรื่องเล็กน้อยที่ไม่จำเป็นกับชีวิตออกไป เพื่อให้ชีวิตของคุณบาลานซ์


สรุป

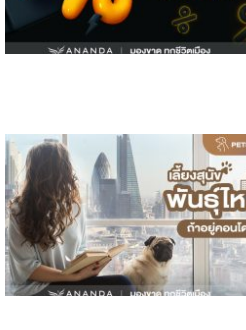
คำคมชีวิตต้องสู้สามารถสร้างแรงบันดาลใจให้คุณดำเนินชีวิตต่อไปได้ นำทางให้คุณมีแรงฮึดสู้ในวันที่หมดไฟ เมื่อคุณมีคำคมชีวิตต้องสู้และมีเป้าหมายที่อยากจะทำแล้ว ก็อย่าลืมใช้ชีวิตให้สนุกมีความสุข ไม่ควรเครียดและกดดันตัวเองจนเกินไป รวมถึงพยายามสร้างบาลานซ์ให้กับชีวิตของตัวเองด้วย


Categories *

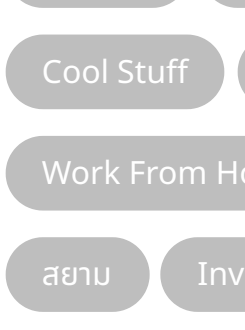
- + [C GENERATION \(7\)](#)
- + [COOL STUFF \(253\)](#)
- + [GEN C \(278\)](#)
- + [LIFEHACKS \(848\)](#)
- [ECO LIVING \(15\)](#)
- [LIVE WEALTHY \(249\)](#)
- [LIVE WITH PASSION \(286\)](#)
- [LIVE WORK PLAY \(212\)](#)
- [UPLIFT YOUR LUCK \(1\)](#)
- + [NEIGHBORHOOD GUIDE \(15\)](#)
- + [PETSIDENCE FOR PET \(12\)](#)
- + [REVIEW \(77\)](#)
- + [ROAM AROUND \(482\)](#)
- [FINDING OASIS \(87\)](#)
- [FOODLICIOUS \(264\)](#)
- [TRAVELHOLIC \(90\)](#)
- + [WHAT'S HYPED \(527\)](#)
- [ENTERTAINMENT \(14\)](#)
- [SOCIAL TREND \(301\)](#)
- [TECH & INNOVATION \(184\)](#)


Recent Posts *

- 

ชวนกินไปจอย ลอยกระทงแบบรักโลก
24 November 2023
- 

แก้ปัญหาอาการ 'ตะคริวกับขาตอนกลางคืน'
24 November 2023
- 

วันเด็กสากล รณรงค์จุดธูปตลอดกาล ที่เด็กดูได้ ผู้ใหญ่ดูดี
24 November 2023
- 

Black Friday วันช้อปปิ้งอย่างคนสายเบส
21 November 2023
- 

เสียงสุนัขพันธุ์โหดถ้าอยู่คอนโด?
21 November 2023

Popular Tags *

- Investor Tips
- คอนเทนต์สฟิฟ
- แต่งคอนเท
- Realist
- ร้านกาแฟ
- What's Hyped
- ของเล่น
- มาสเตอร์
- Cafe
- กาแฟ
- Cool Stuff
- คอนเท
- COVID-19
- สฟิฟ
- Work From Home
- Live Convenience
- สนุก
- Investment
- Life Hacked

ABOUT US

C GENERATION

PETSIDENCE FOR PET

WHAT'S HYPED

SOCIAL TREND

TECH & INNOVATION

COOL STUFF

NEIGHBORHOOD GUIDE

ARI

BANGNA

BANG SUE

RAMA 4

RAMA 9

SIAM

SILOM

THONBURI

THONGLOR

ROAM AROUND

FOODLICIOUS

TRAVELHOLIC

FINDING OASIS

LIFEHACKS

LIVE WORK PLAY

LIVE WEALTHY

LIVE WITH PASSION

ECO LIVING

UPLIFT YOUR LUCK

FOLLOW US